



Juny del 2023 proposta de sopars de La Xupxup

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES			
29	30	31	Crema de carbassó Seitons arrebossats amb llimona	1 2			
5	Patata gratinada amb sèsam i oli de menta Truita de formatge i escarola	6	Crema de verdures Peix de temporada * amb llit de patates	7	8	9	Bikinis de gall d'indi, formatge fos**, xampinyons, ruca, tomaquets secs i albergínia 
Albergínia escalivada al forn Pollastre a la planxa amb mostassa	12	13	Carbassó a la planxa o arrebossat Peix del dia	14	15	16	Nit d'hamburgueses casolanes de vedella bruneta del Pirineu *** 
Espinacs saltats amb alls tendres Bunyols de bacallà	19	20	Truita de carbassó amb amanida d'api-rave ratllat i pastanaga	21	22	23	Pastanaga, porros i patates al forn amb herbes fresques logurt amb compota de poma
26	27	28	29	30			

* Als stories del nostre instagram trobareu els peixos de temporada de cada estació. Aproveiteu la generositat de la mar de ma nera sostenible i lluitem contra la "salmonitis" que estem vivint perquè hi ha vida més enllà del salmó i la tonyina

** Seguim recomanat "El Traginer" de Mas el garet o el "Quesu" de La Selvatana

*** A la cansaladeria Puig (cr gran de sant andreu 147) o al Alcampo de Diagonal Mar trobaras vedella bruneta del nostre proveïdor "Mafriseu."

**** VERDURES DE TEMPORADA: pèsols, espinacs, cebes i alls tendres, carbassó, fonoll, pastanaga, tomàquet, cogombre, colirave, pebrots i albetrgínia



Pots trobar idees i receptes al nostre instagram @laxupxup_cuinalescola